

МОУ ООШ с. Красная Зорька МО «Барышский район»

МЕНЮ

ПЯТНИЦА 2 неделя

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	219-У	Сырники творожные	120	42,6	263,9	23,7	10,7	18,1
	гастрономия	334-У	Соус ягодный сладкий	50	7,2	41,7	0,2	0	10,1
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200	2,5	62,4	0,4	0,1	15
	хлеб	Пром.	Хлеб пшеничный	30	1,99	70,3	2,3	0,2	14,8
	фрукты	Пром.	Апельсин	120	26	45,4	1,1	0,2	9,7
	<i>итого</i>			520	80,29	483,7	27,7	11,2	67,7
Обед	закуска	17,00	Нарезка овощная "Ассорти"* или салат из квашеной капусты	60	4	12,5	0,74	0,08	2,2
	1 блюдо	108,00	Суп картофельный с клецками	200	21,82	145,1	7,4	3,9	20,1
	2 блюдо	267.66-У	Крокеты с кабачком*	90	44,75	266,3	12,3	17,3	15,3
	гарнир	311-У	Картофель отварной	150	14,8	158,1	4,1	5	24,2
	напиток	Пром.	Сок яблочный	200	10	86,6	1	0,2	20,2
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,71	97,8	3,3	0,6	19,8
	хлеб черн.								
		<i>итого</i>			750	98,08	766,4	28,84	27,08
Итого за день:				1270	178,37	1250,1	56,54	38,28	169,5